



**PENINGKATAN KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA DALAM
PERMAINAN SEPAK BOLA MELALUI BENTUK LATIHAN SISWA
KELAS IV SDN 61 BENGKULU SELATAN**

SKRIPSI

OLEH:

SUSNI

NPM.1213912073

**PROGRAM SARJANA KEPENDIDIKAN
BAGI GURU DALAM JABATAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS BENGKULU**

2014



**PENINGKATAN KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA DALAM
PERMAINAN SEPAK BOLA MELALUI BENTUK LATIHAN SISWA
KELAS IV SDN 61 BENGKULU SELATAN**

SKRIPSI

OLEH :

SUSNI

NPM. 1213912073

Diajukan untuk Memenuhi sebagai syarat memperoleh Gelar Sarjana
pendidikan pada program Sarjana kependidikan bagi Guru dalam Jabatan
Penjaskes FKIP Universitas Bengkulu

**PROGRAM SARJANA KEPENDIDIKAN
BAGI GURU DALAM JABATAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS BENGKULU**

2014

ABSTRAK

SUSNI. NPM 1213912073. Peningkatan Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola Melalui Bentuk Latihan Siswa Kelas IV SDN 61 Bengkulu Selatan. Skripsi Program Sarjana Kependidikan Guru Dalam Jabatan. FKIP Universitas Bengkulu 2014

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan menggiring bola dengan kemampuan siswa SD Negeri 61 Bengkulu Selatan sesuai dengan permasalahan dan tujuan penelitian. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas. Subjek penelitian ini adalah siswa SD Negeri 61 Bengkulu Selatan yang berjumlah 25 orang siswa. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh nilai yang diperoleh melalui latihan bermain dapat meningkatkan keterampilan menggiring bola, hal ini terlihat dari nilai rata rata tes kemampuan siswa dalam menggiring bola pada setiap siklus yang mengalami peningkatan rata-rata pada siklus satu 66,40 dengan ketuntasan belajar klasikal sebesar 64 %, kemudian meningkat pada siklus dua dengan rata-rata 79,40 dan ketuntasan belajar klasikal sebesar 96 %.

Kata Kunci: Menggiring Bola, Sepak Bola, Latihan

ABSTRACT

SUSNI . NPM 1213912073 . Skill Enhancement Motorhome Soccer Ball In Game Design Training Through Student Class IV SDN 61 South Bengkulu. Thesis Master's Program in the Department of Teacher Education at. FKIP University of Bengkulu 2014

This study aimed to determine the knowledge level of students' ability to dribble with SD State 61 South Bengkulu according to the problems and research purposes . Types of research studies used are class actions. The subject of this study are students of SD State 61 South Bengkulu totaling 25 students. Based on findings derived values obtained through play training to improve dribbling skills , it can be seen from the average of the tests the ability of students in each cycle dribble experiencing an average increase in cycle of 66.40 to learn classical consistency of 64 % , then increased in two cycles with an average of 79.40 and completeness of classical learning as much as 96 % .

Keywords : Motorhome Balls, Soccer Balls, Training

LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi yang saya susun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan dari Program Sarjana Kependidikan Bagi Guru Dalam Jabatan (Program SKGJ) Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Bengkulu, seluruhnya merupakan hasil karya saya sendiri.

Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan Skripsi yang saya kutip dari hasil karya orang lain, telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian skripsi ini bukan hasil karya saya sendiri, atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lainnya sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Bengkulu, Januari 2014

Materai 6000

SUSNI
NPM. 1213912073

MOTTO

- ❖ Tiada hadiah yang lebih baik dari orang tua kepada anaknya, kecuali pendidikan / moral yang baik.
- ❖ Sesungguhnya Allah tidak akan merubah nasib suatu kaum kecuali kaum itu sendiri yang merubahnya.
- ❖ Masa lalu adalah pengetahuan dan pelajaran, masa sekarang adalah kenyataan dan perjuangan, sedang masa yang akan datang adalah cita-cita dan harapan.
- ❖ Tiada derita tanpa akhir dan tiada kesulitan tanpa batas yakinlah setiap kesulitan diiringi dengan kemudahan.

PERSEMBAHAN

Hambatan, rintangan dan cobaan sering kali menjadi batu sandungan dalam mencapai cita-cita. Namun kesabaran dan usahaku yang pantang menyerah akhirnya membuahkan kebahagiaan .

Dalam setiap untaian doa orang tuaku selalu tersimpan sejuta harapan untuk keberhasilanku. Tetesan keringat ayah bundaku adalah sumber kekuatanku untuk mewujudkan cita-citaku.

Skripsi ini aku persembahkan kepada orang-orang yang sanga kusayangi dan kucintai

- Untuk orang tuaku, Ayahanda (IBRAHIM) dan ibunda tercinta (SITI KHADIJAH) yang telah membesarkan dan mendidiku dengan penuh kasih sayang mengiringi setiap langkahku dengan do'a dan ikhtiar. Semoga Allah memuliahan mereka hidup didunia dan akhirat kelak.
- Untuk suamiku (SANGWAR, S.Pd) dan anakku (ARRISUSANDI, & ANDE PRAYOGA) yang tercinta dan yang selalu memberi motivasi, semangat dan dorongan serta menanti keberhasilan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
- Teman-teman seperjuangan yang sama-sama mengharapkn dan menanti keberhasilan.

KATA PENGANTAR



Puji dan syukur Penulis haturkan kepada Allah SWT, yang telah memberikan semua kesempatan kepada Penulis hingga dapat menyelesaikan Skripsi dengan tepat waktu. Shalawat beserta salam semoga Allah selalu mencurahkan kepada junjungan kita Nabii Muhammad SAW, yang telah menegakkan panji-panji kebenaran di alam jagad raya. Dalam penulisan skripsi ini peneliti telah banyak mengalami hambatan dan kesulitan. Namun atas dorongan, bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak maka skripsi ini dapat diselesaikan sesuai rencana.

Skripsi ini berjudul “Peningkatan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola melalui bentuk latihan bermain siswa kelas IV SDN 61 Bengkulu selatan”.

Skripsi ini dibuat dengan tujuan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Bengkulu. Sehubungan dengan itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. DR.RIDWAN NURAZI. M.Sc, A.kt selaku Rektor Universitas Bengkulu yang telah memberikan kebijakan – kebijakan dalam proses perkuliahan.
2. Prof.Dr. Rambat Nur Sasongko selaku dekan FKIP UNIB yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh perkuliahan di Program SKGJ FKIP UNIB.
3. Dr.I Wayan Dharmayana, M.Psi selaku ketua program SKGJ FKIP UNIB yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menuntut ilmu pada Program SKGJ FKIP UNIB.
4. Drs. Sofino, M.Pd. selaku pembimbing 1 yang telah meluangkan waktu untuk memberikan kritikan dan saran dalam penyusunan proposal skripsi ini.

5. Dra.Yarmani, M.Kes selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dalam penyusunan proposal skripsi ini
6. Bapak/Ibu Dosen Program SKGJ FKIP UNIB S1 Penjaskes yang telah membantu dan mengelola demi kelangsungan proses belajar mengajar.
7. Bapak/Ibu Dosen Program SKGJ FKIP UNIB S1 Penjaskes yang telah memberikan ilmu pengetahuan yang berguna bagi penulis
8. Kepala SD Negeri 61 Bengkulu Selatan yang telah mengizinkan penulis melakukan penelitian di SD Negeri 61 Bengkulu Selatan
9. Rekan-rekan seperjuangan yang telah mendorong dan menyumbangkan pikirannya.
10. Kedua Orang Tua dan keluarga yang telah memberikan motivasi baik secara morili maupun secara materil.

Akhir nya penulis mengharapkan semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk meningkatkan mutu pendidikan jasmani dan kesehatan.

Bengkulu, Januari 2014

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
LEMBAR PERNYATAAN.....	vii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Pembatasan Masalah.....	3
D. Rumusan Masalah.....	3
E. Tujuan Penelitian	4
F. Manfaat Penelitian	4

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Sejarah Sepak Bola	5
B. Dasar Permainan Sepak Bola.....	8
C. Keterampilan Gerak Dasar	11
D. Teknik Dasar Menggiring Bola.....	13
E. Bentuk Latihan Bermain.....	21

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	24
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	24

C. Subjek Penelitian	25
D. Prosedur	25
E. Teknik Pengumpulan Data.....	26
1. Data Tes	27
2. Observasi dan Pengamatan.....	28
3. Dokumentasi.....	34
F. Teknik Analisis Data.....	34
G. Indikator Keberhasilan.....	36

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	
1. Refleksi awal	
a. Deskripsi tindakan.....	37
b. Pelaksanaan pratindakan.....	38
c. Hasil tes pratindakan.....	39
2. Laporan tindakan	
Siklus	
a. Perencanaan tindakan.....	40
b. Pelaksanaan tindakan.....	40
c. Hasil tes siklus I.....	41
d. Hasil Observasi siklus I.....	42
e. Refleksi.....	42
Siklus 2	
a. Perencanaan tindakan.....	44
b. Pelaksanaan tindakan.....	46
c. Hasil tes siklus 2.....	47
d. Hasil observasi siklus 2.....	48
e. Refleksi.....	49
B. Pemeriksaan Keabsahan data.....	50

C. Pembahasan

1. Proses pembelajaran keterampilan menggiring bola..... 50
2. Kemampuan siswa menggiring bola..... 52

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

- A. Kesimpulan..... 57
- B. Saran..... 57

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Lembar Observasi Guru.....	28
Tabel 2 Lembar Observasi Siswa.....	30
Tabel 3 Rentang Penilaian.....	33
Tabel 4 Tabel Penilaian.....	35
Tabel 5 Indikator Keberhasilan.....	36
Tabel 6 Analisa Tes Pra Tindakan.....	39
Tabel 7 Analisa Tes siklus 1.....	41
Tabel 7 Analisa pengamatan partisipasi siswa siklus 1	42
Tabel 8 Analisa Tes Siklus 2.....	47
Tabel 9 Analisa partisipasi siswa Siklus 2.....	48
Tabel 10 Hasil tes kemampuan menggiring bola siswa siklus 1 dan 2.....	53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1. Daftar nama siswa.....	58
2. Perolehan nilai tes pra siklus.....	59
3. Perolehan nilai tes siklus I.....	60
4. Perolehan nilai tes siklus 2.....	61
5. Tabel pengamatan partisipasi siswa dalam kegiatan belajar siklus 1 observer 1.....	62
6. Tabel pengamatan partisipasi siswa dalam kegiatan belajar siklus 1 observer 2.....	63
7. Tebel rekapitulasi pengamatan partisipasi siswa dalam kegiatan belajar siklus 1.....	64
8. Tabel pengamatan partisipasi siswa dalam kegiatan belajar siklus 2 observer 1.....	66
9. Tabel pengamatan partisipasi siswa dalam kegiatan belajar siklus 2 observer 2.....	67
10. Tebel rekapitulasi pengamatan partisipasi siswa dalam kegiatan belajar siklus 2.....	69
11. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) siklus 1.....	70
12. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) siklus 1.....	71
13. Silabus.....	72
14. Lembaran pengamatan kegiatan perbaikan pembelajaran siklus 1.....	73
15. Lembaran pengamatan kegiatan perbaikan pembelajaran siklus 2.....	74
16. Dokumentasi.....	75

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga sepak bola merupakan olahraga yang telah memasyarakat dan banyak digemari di seluruh negara di dunia umumnya. Di Indonesia dan masyarakat Bengkulu Selatan khususnya sudah mengenal permainan sepak bola ini baik pria, wanita, tua ataupun muda bahkan anak-anak usia Sekolah Dasar ini semua dibuktikan dengan banyaknya lapangan yang digunakan, baik berupa sawah-sawah lapangan kasar bahkan di jalan-jalan. Aip Saripudin, Matakupan, (1997: 45). Olahraga Prestasi. Jakarta; Depdikbud.

Dalam upaya untuk meningkatkan keterampilan bermain sepak bola tidak cukup hanya dengan kegemaran dan kesenangan akan tetapi banyak faktor yang harus dilatih dan diolah baik fisik maupun mental. Salah satu unsur yang perlu dilatih dalam permainan sepak bola adalah cara mendribel atau menggiring bola, jika seseorang mampu menggiring bola dengan baik maka dia akan dapat melewati lawan dengan mudah. Penerapan latihan dribelnya harus dilakukan dimulai dari usia Sekolah Dasar, karena pada anak usia Sekolah Dasar komponen tubuh masih muda untuk dilatih dan diolah.

<http://info-biografi.blogspot.com/2013/03/sejarah-sepak-bola.html>.

Di Sekolah Dasar Negeri 61 Bengkulu Selatan selama peneliti bertugas menjadi guru penjaskes dan hampir setiap hari di waktu istirahat dan waktu luang digunakan anak-anak bermain sepak bola. Pada kenyataannya masih terdapat beberapa siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 61 Bengkulu Selatan dalam permainan sepak bola memiliki kemampuan kurang dalam melakukan dribel, ini menandakan bahwa ada faktor yang mempengaruhi terhadap ketrampilan tersebut.

Berdasarkan pengamatan penyebab yang paling dominan kurangnya ketrampilan siswa dalam menggiring bola adalah dari siswa itu sendiri, disamping itu guru juga merupakan salah satu penyebab kurangnya ketrampilan siswa dalam menggiring bola sebagai contoh jarang sekali melakukan latihan dalam permainan belum secara maksimal dilakukan.

Oleh karena itu, harapan melalui Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dapat menemukan solusi permasalahan yang dihadapi guru dalam penerapan latihan ke bentuk permainan sehingga dapat meningkatkan keterampilan menggiring dalam permainan sepak bola siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 61 Bengkulu Selatan.

Sehingga dari uraian diatas peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul Peningkatan Keterampilan Menggiring bola Dalam Permainan Sepak Bola Melalui Bentuk Latihan Bermain Siswa Kelas IV SDN 61 Bengkulu Selatan.

B. Identifikasi Masalah

Adapun permasalahan-permasalahan yang muncul dilapangan adalah sebagai berikut:

1. Banyak dikalangan pendidikan yang belum memahami tentang perbedaan Pendidikan Jasmani dan Olah Raga.
2. Kurangnya pemahaman dari siswa tentang maksud dan tujuan tentang menggiring bola, menendang bola, menyundul bola dan merampas bola.
3. Kurangnya pemahaman tentang arti pentingnya tubuh bugar dan sehat, sehingga mereka mengikuti pendidikan jasmani hanya sekedar ikut dan memperoleh nilai.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya permasalahan yang berhubungan dengan keterampilan permainan sepak bola, penelitian ini dibatasi hanya pada keterampilan mendribel dalam permainan bola kaki.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas rumusan masalah yang dikemukakan adalah apakah melalui bentuk latihan bermain dapat meningkatkan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 61 Bengkulu Selatan

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui apakah melalui latihan bermain dapat mengkaitkan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 61 Bengkulu Selatan.

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti, dapat memberikan solusi terbaik bagi guru khususnya dalam wilayah kecamatan air nipis dalam perbaikan pembelajaran permainan sepak bola melalui latihan dalam bentuk permainan dengan senang dan baik sehingga prestasi siswa meningkat.
2. Bagi siswa, menumbuhkan nuansa baru bagi siswa dalam latihan keterampilan menggiring pada permainan sepak bola, sehingga siswa dapat termotifasi untuk latihan dengan giat dan serius.
3. Bagi pembaca, sebagai bahan bacaan dan referensi diperpustakaan.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Sejarah Sepak Bola

Awal mula sejarah munculnya olahraga sepak bola masih mengundang perdebatan. Beberapa dokumen menjelaskan bahwa sepak bola lahir sejak masa Romawi, sebagian lagi menjelaskan bahwa sepak bola berasal dari Tiongkok. FIFA sebagai badan sepak bola dunia secara resmi menyatakan bahwa sepak bola lahir dari daratan Cina yaitu berawal dari permainan masyarakat Cina abad ke-2 sampai dengan ke-3 SM. Olahraga ini saat itu dikenal dengan sebutan “tsu chu “. <http://info-biografi.blogspot.com/2013/03/sejarah-sepak-bola.html> (Internet).

Dalam salah satu dokumen militer menyebutkan, pada tahun 206 SM, pada masa pemerintahan Dinasti Tsin dan Han, masyarakat Cina telah memainkan bola yang disebut tsu chu. Tsu sendiri artinya “menerjang bola dengan kaki”. sedangkan chu, berarti “bola dari kulit dan ada isinya”. Permainan bola saat itu menggunakan bola yang terbuat dari kulit binatang, dengan aturan menendang dan menggiring dan memasukkannya ke sebuah jaring yang dibentangkan diantara dua tiang. Sukatmari H. P. 1985: 67. Buku : Permainan Besar 1(Sepak Bola). Jakarta : Depdikbud

Versi sejarah kuno tentang sepak bola yang lain datanganya dari negeri Jepang, sejak abad ke-8, masyarakat disana telah mengenal permainan bola. Masyarakat disana menyebutnya dengan: Kemari. Sedangkan bola yang

dipergunakan adalah kulit kijang namun ditengahnya sudah lubang dan berisi udara.

Menurut Bill Murray, (dalam Sukatamsi, 1984: 34. salah seorang sejarawan sepak bola, dalam bukunya *The World Game: A History of Soccer*, permainan sepak bola sudah dikenal sejak awal Masehi. Pada saat itu, masyarakat Mesir Kuno sudah mengenal teknik membawa dan menendang bola yang terbuat dari buntalan kain linen. Sisi sejarah yang lain adalah di Yunani Purba juga mengenal sebuah permainan yang disebut *episcuro*, tidak lain adalah permainan menggunakan bola. Bukti sejarah ini tergambar pada relief-relief museum yang melukiskan anak muda memegang bola dan memainkannya dengan pahanya.

Sejarah sepak bola modern dan telah mendapat pengakuan dari berbagai pihak, aawal mulanya dari Inggris, yang dimainkan pada pertengahan abad ke-19 pada sekolah-sekolah. Tahun 1857 beridiri klub sepak bola pertama di dunia, yaitu: Sheffield Football Club. Klub ini adalah asosiasi sekolah yang menekuni permainan sepak bola.

Pada tahun 1863, berdiri asosiasi sepak bola Inggris, yang bernama *Football Association (FA)*. Badan ini yang mengeluarkan peraturan permainan sepak bola, sehingga sepak bola menjadi lebih teratur, terorganisir, dan enak untuk dinikmati penonton.

Sejarah sepak bola semakin teruji hingga saat ini IFAB merupakan badan yang mengeluarkan berbagai peraturan pada permainan sepak bola,

baik tentang teknik permainan, syarat dan tugas wasit, bahkan sampai transfer perpindahan pemain.

Seorang pakar sejarah sepak bola misalnya, Bill Muray, menuliskan sebuah buku *The World Game: A History of Soccer* mengatakan bahwa sepak bola sudah dimainkan sejak awal Masehi, orang-orang di era Mesir Kuno telah mengenal permainan ini dengan cara membawa dan menendang bola yang terbuat dari buntalan kain linen. Kemudian, dalam sejarah Yunani Purba mencatatkan juga terdapat sebuah permainan yang disebut Episcuro (permainan dengan menggunakan bola) sebutan mereka untuk permainan sepak bola ini terbukti dari gambar relief pada dinding museum yang mengisahkan tentang seorang anak muda yang sedang memegang bola bulat dan memainkannya dengan pahanya. Terdapat juga sebuah versi sejarah kuno tentang asal muasal sepak bola lainnya yang berasal dari Negeri Sakura, Jepang, sejak abad ke 8, masyarakat Jepang menyebutnya dengan sebutan Kemari (bola yang digunakan terbuat dari kulit kijang yang ditengah-tengahnya terdapat lubang yang berisi udara). Sukatmari H. P. 1985. Permainan Besar 1(Sepak Bola). Jakarta : Depdikbud

Sesungguhnya sepak bola memang telah ditemukan sejak 3000 tahun yang lalu di berbagai pelosok dunia namun dalam bentuk yang berbeda-beda. Jika kelahiran sepak bola modern memang pertama kalinya lahir di Inggris yang biasanya di gunakan sebagai olahraga 'perang' yang terjadi pada tahun 1863 pada sebuah pertemuan di *Freemason's Tavern*, kemudian

dibentuklah sebuah asosiasi sepak bola Inggris yang bernama *Football Association (FA)* yang hingga saat ini berfungsi untuk membuat aturan-aturan yang sah dalam olahraga sepak bola sehingga olahraga ini menjadi menarik dan sangat digemari berbagai kalangan dan selanjutnya pada tahun 1886 dibentuk lagi sebuah asosiasi untuk mengeluarkan peraturan sepak bola modern seluruh dunia yang disebut *International Football Association Board (IFAB)* seperti dikutip dalam sebuah situs shalimow.com.

Menurut sumber di wikipedia, di Indonesia sendiri sejarah olahraga ini diawali dengan lahirnya sebuah organisasi Persatuan Sepak Raga Seluruh Indonesia (PSSI) di Yogyakarta pada 19 April 1930 yang dipimpin oleh Soeratin Sosrosoegondo yang disebutkan bahwa olahraga ini di kenalkan saat masa penjajahan Belanda. Sosok Soeratin lah yang telah membuat olahraga ini berkembang pesat di Indonesia, bahkan demi menghargai jasanya diadakan kejuaraan sepak bola Piala Soeratin (*Soeratin Cup*) mulai tahun 1966an yang hingga saat ini menjadikan olahraga sepak bola menjadi terkenal dan sangat digemari oleh hampir seluruh lapisan masyarakat di Indonesia.

2. Dasar Permainan Sepak Bola

Berbicara tentang olahraga Sepak Bola, tentunya satu hal yang terlintas di benak kita adalah sebuah olahraga termurah yang paling digemari oleh berbagai kalangan di hampir seluruh pelosok dunia yang dimainkan oleh berbagai jenis usia baik tua maupun muda. Salah satu jenis olahraga murah

meriah yang sangat 'merakyat' di dunia ini. Kurang pas rasanya jika kita bermain sepak bola tanpa mengetahui sejarah awal mula dan asal muasal permainan atau olahraga ini, kebanyakan orang mengira lahirnya sepak bola ini berasal dari Negara Inggris. Pada dasarnya, banyak sekali berbagai golongan dan individu yang mengutarakan asal muasal dari sepak bola. Witarsa, (1986:56).

Untuk pandai dalam bermain bola yaitu dengan belajar teknik dasar permainan sepakbola dimana belajar teknik dasar permainan sepakbola sangatlah penting karena informasi terbaru yang saya ketahui untuk pandai dalam bermain sepakbola yang terlebih dahulu dipelajari adalah teknik dasar permainannya agar memudahkan kalian paham ketika ingin bermain sepakbola. selain itu untuk dapat menghasilkan permainan sepakbola yang optimal, maka seorang pemain harus dapat menguasai teknik-teknik dalam permainan sepakbola. Teknik dasar bermain sepakbola adalah merupakan kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan atau mengerjakan sesuatu yang terlepas sama sekali dari permainan sepakbola. dan untuk lebih jelasnya kalian bisa simak teknik dasar permainan sepak bola yang telah tersedia berikut ini.

1. Teknik tanpa bola, yaitu semua gerakan-gerakan tanpa bola terdiri dari
 - a. Lari cepat dan mengubah arah.
 - b. Melompat dan meloncat.
 - c. Gerak tipu tanpa bola yaitu gerak tipu dengan badan.
 - d. Gerakan-gerakan khusus untuk penjaga gawang.
2. Teknik dengan bola, yaitu semua gerakan-gerakan dengan bola, terdiri dari :
 - a. Mengenal bola
 - b. Menendang bola (*shooting*)
 - c. Menerima bola : menghentikan bola dan mengontrol bola
 - d. Menggiring bola (*dribbling*)
 - e. Menyundul bola (*heading*)
 - f. Melempar bola (*throwing*)
 - g. Gerak tipu dengan bola
 - h. Merampas atau merebut bola.
 - i. Teknik-teknik khusus penjaga gawang.

Dalam penulisan makalah ini penulis mengambil salah satu teknik dasar sepakbola yaitu teknik menggiring bola (*dribbling*), karena teknik ini dapat dilakukan dengan berbagai variasi dalam melakukannya, antara lain menggiring bola menggunakan kaki bagian luar, bagian dalam, dan

punggung kaki. [http://sambunganhidup.blogspot.com/2012/09/teknik-dasar-permainan-sepak bola.html](http://sambunganhidup.blogspot.com/2012/09/teknik-dasar-permainan-sepak-bola.html) Di akses tanggal 19 September 2013, jam 10.30

3. Keterampilan Gerak Dasar

Permainan sepak bola merupakan permainan yang paling populer di seluruh dunia. Sepak bola ialah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menendang bola untuk diperebutkan diantara pemain-pemain dengan tujuan memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang tersebut agar tidak kemasukan bola. Didalam memainkan bola, setiap pemain diperbolehkan menggunakan seluruh anggota badan kecuali tangan dan lengan. Hanya penjaga gawang yang diperbolehkan memainkan bola dengan tangan dan lengan.

Sepak bola merupakan permainan beregu yang tiap-tiap regu terdiri dari 11 orang pemain. Biasanya permainan sepak bola dimainkan dalam dua babak (2 x 45 menit) dengan waktu istirahat 10 menit diantara dua babak tersebut. Suatu kesebelasan dinyatakan sebagai pemenang apabila kesebelasan tersebut dapat memasukkan bola ke gawang lebih banyak dan kemasukan bola lebih sedikit dibandingkan dengan lawannya.

Pendidikan jasmani yang tepat sesuai dengan tingkat perkembangan siswa/i di tingkat sekolah dasar adalah dengan memberikan aktivitas yang melibatkan penggunaan keterampilan gerak dasar yang lebih banyak dibandingkan dengan olahraga permainan, terutama pada siswa/i pada level

rendah. Semua ini dikarenakan belum siapnya perkembangan anak untuk beraktivitas dengan menggunakan bola-bola besar saat pembelajaran penjas. Kurikulum penjas di tingkat SD memang menyebutkan permainan bola kecil sebagai materi yang dilakukan di pelajaran penjaskes, seperti kasti, bulu tangkis. Tetapi pada pelaksanaannya masih banyak ditemukan siswa dan siswi sekolah dasar yang sudah diberikan olahraga permainan bola besar, seperti bola basket, sepak bola, dan bola voli.

Salahsatu alasannya karena pembelajaran dilaksanakan menurut perhatian/kesenangan guru, bukan berdasarkankebutuhan/minat/ketertarikan dari siswanya. Dengan mengetahui beberapa keterampilan gerak dasar dibawah ini, diharapkan guru-guru penjaskes di tingkat SD mampu menciptakan permainan-permainan yang melibatkan/merangsang keterampilan gerak dasarnya.

Keterampilan gerak dasar itu diantaranya:

1. Non-lokomotor. Siswa melakukan gerakan tetapi tidak berpindah tempat. Contoh dari gerakan ini adalah memutar-mutar lengan, mengangguk-anggukan kepala, membungkukan badan dan memantul-mantulkannya, dll.
2. Locomotor. Siswa melakukan gerakan dengan berpindah tempat. Contohnya berjalan, berlari, meloncat kedepan, dll.

3. Manipulatif. Siswa melakukan gerakan dengan menggunakan benda/objek. Contohnya melempar bola, memukul bola, menggiring bola, dll.

Dengan mengetahui beberapa keterampilan gerak dasar diharapkan para guru pengajar penjaskes khususnya pada level rendah menjadi lebih mampu memodifikasi bahkan berinovasi untuk mencari aktivitas-aktivitas fisik yang dapat membuat siswanya mendapatkan pengalaman gerak yang tepat sehingga seluruh siswanya mampu bertumbuh dan berkembang sesuai dengan pertumbuhan/perkembangan di usianya.

4. Teknik Dasar Menggiring Bola

Sepak bola modern dilakukan dengan keterampilan lari dan operan bola dengan gerakan-gerakan yang sederhana disertai dengan kecepatan dan ketepatan. Aktivitas dalam permainan sepakbola tersebut dikenal dengan nama *dribbling* (menggiring bola). Menggiring bola diartikan dengan gerakan lari menggunakan kaki mendorong bola agar bergulir terus menerus di atas tanah. Menggiring bola hanya dilakukan pada saat-saat yang menguntungkan saja, yaitu bebas dari lawan.

Pada dasarnya menggiring bola adalah menendang terputus-putus atau pelan-pelan, oleh karena itu bagian kaki yang dipergunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang dipergunakan untuk

menendang bola. Tujuan menggiring bola antara lain untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan.

Menggiring bola (*dribbling*) memiliki beberapa kegunaan yaitu sebagai berikut :

1. Untuk melewati lawan
2. Untuk mencari kesempatan memberikan bola umpan kepada teman dengan tepat.
3. Untuk menahan bola tetap dalam penguasaan, menyelamatkan bola apabila tidak terdapat kemungkinan atau kesempatan untuk dengan segera memberikan operan kepada teman.

Untuk bisa menggiring bola dengan baik harus terlebih dahulu bisa menendang dan mengontrol bola dengan baik. Dengan kata lain, seorang pemain tidak akan bisa menggiring bola dengan baik apabila belum bisa menendang dan mengontrol bola dengan baik.

Kelebihan dan Kurangan Teknik Menggiring Bola (*Dribbling*) Tidak setiap teknik dasar dalam permainan sepakbola akan selalu berhasil dilakukan dalam setiap pelaksanaan pertandingan. Akan tetapi, teknik-teknik dasar tersebut dipengaruhi oleh berbagai hal dan tentunya memiliki kelebihan dan kekurangan. Tidak terkecuali pada teknik dasar menggiring bola (*dribbling*). Berikut ini dapat penulis jelaskan mengenai kelebihan dan kekurangan teknik menggiring bola (*dribbling*) :

1. Kelebihan *dribbling* menggunakan kaki bagian luar yaitu bila menggunakan kaki kanan dapat mengecoh ke sebelah kiri lawan atau sebaliknya. Sedangkan kelemahannya adalah tidak bisa mengecoh lawan ke sebelah kanan bila menggunakan kaki kanan, begitupula sebaliknya.
2. Kelebihan *dribbling* menggunakan kaki bagian dalam adalah dapat mengecoh lawan ke sebelah kanan lawan apabila menggunakan kaki kanan atau sebaliknya. Sedangkan kelemahannya adalah tidak bisa mengecoh lawan ke sebelah kiri bila menggunakan kaki kanan, begitupula sebaliknya.
3. Kelebihan *dribbling* menggunakan bagian punggung kaki adalah dapat menggiring bola dengan arah lurus apabila tidak ada lawan yang menghalangi. Sedangkan kelemahannya adalah kurang efektif untuk mengecoh lawan ke sebelah kiri atau sebelah kanan.

Karakteristik passing: 1.waktu tempuh lebih cepat, 2.perpindahan bola tidak selalu disertai perpindahan pemain, konfigurasi posisi para pemain di lapangan relatif terjaga, 3.hemat tenaga. Adapun karakteristik *dribbling*: 1.waktu tempuh lebih lambat, 2.terjadi perpindahan bola dan pemainnya sekaligus, terjadi *overlap* ataupun *switch* posisi pemain, 3.boros tenaga.

Kapan *passing* dan kapan *dribbling*? Pertama: utamakan passing. Lakukan *dribbling* hanya jika Anda tidak mungkin untuk melakukan passing,

yakni jika belum ada teman yang bisa atau bagus untuk diberi umpan. Kedua: silakan *dribbling*, tapi jika bola yang Anda bawa terancam terebut (ada hadangan pemain lawan atau ada pressing dari lawan) maka umpankan bola kepada teman yang bisa diumpani. Ingat, berusaha melewati hadangan atau pressing lawan belum tentu menyelamatkan bola, tetapi mengumpankannya kepada teman sudah pasti menyelamatkan bola. Jangan gambling dan jangan berspekulasi! Cari aman! Ketiga: lakukan *dribbling* untuk menarik lawan ke arah Anda dan pada saat yang sama menciptakan ruang yang bagus untuk teman Anda. Keempat: untuk striker: 1) jika satu-satunya peluang passing berarti *offside* maka giring saja bolanya. 2) jika *dribbling* lebih prospektif untuk mencetak gol daripada mengumpankan bolanya, *it doesn't matter to dribble and then score!*

Pemain belakang jangan banyak giring. Adalah berbahaya jika pemain belakang bermain-main dengan bola di daerah pertahanannya.

Alirkan terus bolanya! Meski tim Anda tidak sedang di-press, tim Anda harus terus mengalirkan bola dari kaki ke kaki, dalam rangka: 1.mencari-cari celah yang bisa dimasuki untuk melakukan penyerangan. 2.menghargai setiap detik yang berjalan dalam waktu 2 x 45 menit.

Pergerakan tanpa bola (*running*). 1.Para pemain harus terus bergerak agar selalu ada yang siap untuk diberi umpan dalam jarak passing (Ini namanya supor). Ciptakan selalu formasi segitiga *passing* ketika tim Anda menguasai bola. Lakukan terus hal itu sepanjang pertandingan. (Tentang

jarak passing: jangan terlalu dekat jika tidak ada lawan yang berusaha memotong, dan jangan pula terlalu jauh karena umpan akan bisa dipotong lawan). 2.Lakukan pergerakan untuk menciptakan ruang bagi teman Anda.

Mengumpan dan menerima bola : yang terpenting dari sepakbola. Siapa tidak bisa passing, ia tidak bisa bermain sepakbola. Mengapa umpan? Karena mengumpan lebih efisien daripada menggiring. Camkan pula bahwa pembawa bola yang baik selalu mengumpan bola sebelum ia 'habis'. Jadi jangan kalau sudah 'habis' baru mengumpankan bolanya. Sebab jika demikian, bolanya pasti bola yang 'tidak enak'.

Beberapa kesalahan dalam mengumpan: 1.Laju bola tidak sesuai dengan jarak passing (terlalu keras atau terlalu lembek). Jika terlalu keras, bola tak terjangkau teman. Jika terlalu lembek, bola terpotong lawan. 2.Uman tidak akurat. 3.Mengumpan padahal waktunya menembak

Mengumpan tidak harus pas ke orangnya. Contoh : 1.Jika teman kita sedang berlari, kita memberinya umpan pada ruang kosong didepannya. 2.Jika kita ingin teman kita merangsek ke depan dalam waktu yang lebih cepat, kita memberinya umpan pada ruang kosong didepannya sehingga ia berlari kedepan untuk mengejar bola tersebut.

Beberapa macam passing: umpan 1-2 (*wall pass*), umpan terobosan (*through pass*), umpan silang (*crossing*), dan umpan diagonal.

Kunci pertama adalah kerja keras dan militansi. Ingat-ingatlah bahwa tim yang skillful bisa kalah oleh tim yang ngoyo. Sebaliknya, tim yang diatas

kertas dinyatakan lebih unggul bisa kalah jika ia bermain tanpa daya juang. Kunci kedua: tidak ada prestasi tanpa berlatih. *Practice makes perfect!* Itulah mengapa tim-tim besar yang sudah kesohor sekalipun masih saja terus berlatih. Meski pemain-pemainnya sudah hebat kemampuannya, terus berlatih adalah hal mutlak yang tidak bisa ditinggalkan. Itu pulalah yang menjadi alasan mengapa pemain profesional yang sering mangkir latihan pasti tidak akan dimasukkan dalam squad inti sebuah tim. Kunci ketiga: percayalah kepada diri sendiri (*self confidence*). Percayalah, kemampuan dan keterampilan akan berkurang dan bahkan hilang ketika kepercayaan diri telah hilang. Sebaliknya, performa akan memuncak ketika kepercayaan diri juga memuncak. Kunci keempat, disamping kita percaya kepada diri sendiri, kita juga harus memberikan kepercayaan kepada teman-teman kita. Jangan pernah bersikap pilih kasih. Kelima, Anda harus bekerjasama dan tidak boleh egois. Sepakbola adalah olahraga tim. Kekuatannya akan hilang jika orang-orang yang ada dalam tim bermain sendiri-sendiri, meski bersama-sama.

Apa saja yang kita butuhkan untuk bisa bermain sepakbola dengan baik? Pertama-tama adalah keunggulan fisik, yang meliputi: ketahanan (*endurance*), kekuatan (*strength*) dan kecepatan (*speed*). Ketahanan berarti kita kuat bermain selama waktu yang cukup panjang tanpa tersengal-sengal alias kehabisan nafas (ketahanan aerobik) ataupun ngilu-ngilu (ketahanan otot). Kekuatan berarti otot-otot tubuh kita cukup kuat untuk menendang dengan keras, melempar bola cukup jauh, melakukan body charge dengan

kuat, dan sebagainya. Adapun kecepatan bermakna kita bisa berlari dengan cepat (*sprint*) baik ketika membawa bola ataupun ketika tidak membawa bola.

Bekal kedua adalah ketrampilan. Yang disebut dengan skill disini terutama adalah fundamen (teknik-teknik dasar) sepakbola, yang meliputi mengumpan dan menerima (*passing and receiving*), menembak (*shooting*), mengontrol bola dengan berbagai anggota badan, melindungi bola, dan menggiring (*dribbling*). Ketiga, kita membutuhkan kerjasama (*teamwork*). Sebuah tim akan bermain dengan baik jika semua pemain saling bekerjasama dengan jalinan komunikasi yang baik. Tidak ada yang egois. Semuanya bermain untuk tim. Keempat, taktik dan strategi yang baik. Jika dua tim sama-sama memiliki materi pemain yang kuat fisiknya, terampil mengolah bola, dan bisa bekerjasama, maka faktor strategi dan taktik akan menentukan tim mana yang akan menang. Tim yang bermain dengan strategi dan taktik yang lebih cerdas pastilah yang akan menang. Dan selain keempat hal itu, yang tidak boleh ketinggalan adalah mental yang positif. Semua pemain harus memiliki kepercayaan diri, optimisme dan semangat.

Ketika bermain sepakbola, sadarilah bahwa Anda sedang bermain di lapangan sepakbola, bukan lapangan futsal. Manfaatkan luas lapangan. Ketika tim Anda memegang bola, berpencarlah diatas luas lapangan! Mengapa? Untuk mengurangi pressing tim lawan terhadap tim Anda. Tim Anda akan lebih leluasa untuk melakukan umpan-umpan dan mengontrol

bola, juga punya waktu yang cukup untuk mengambil visi terhadap lapangan dan berpikir apa yang akan diperbuat terhadap bola.

Jangan bikin ruwet permainan akibat semua pemain 'ngruwel' di sekitar bola. Jangan main sepakbola seperti anak-anak! Tahu bagaimana itu? Dimana ada bola disitu semua bergerombol. Kemana bola berhembus kesitu semua berebutan. Tahu nggak, sangat tidak enak untuk ditonton.

Dalam sepak bola, Anda tidak hanya bergerak dan berlari ketika membawa bola. Para pemain harus terus bergerak meski tidak sedang membawa bola. Inilah salah satu hal yang membedakan sepakbola anak-anak dengan sepakbola orang dewasa. Ini pula yang membedakan sepakbola orang dewasa yang ngerti sepakbola dengan orang dewasa yang seperti anak-anak. Namun perlu diingat, bergerak disini tidaklah asal bergerak atau asal berlari. Semuanya harus dilakukan dalam bingkai strategi dan taktik.

Berlari tanpa bola (*run*) ada dua macam : 1.run untuk menciptakan ruang bagi yang lain. Lakukan run ini secara 'berisik' (kentara) dan melewati depan lawan untuk menarik perhatiannya agar mengikuti Anda. 2.run untuk siap diberi umpan. Lakukan run ini secara 'sunyi' (tidak kentara) agar tidak menarik perhatian lawan. Secara umum, jangan terlalu dini melakukan run ini agar lawan tidak sempat untuk mengantisipasinya.

Karakteristik passing: 1.waktu tempuh lebih cepat, 2.perpindahan bola tidak selalu disertai perpindahan pemain, konfigurasi posisi para pemain di

lapangan relatif terjaga, 3.hemat tenaga. Adapun karakteristik *dribbling*: 1.waktu tempuh lebih lambat, 2.terjadi perpindahan bola dan pemainnya sekaligus, terjadi *overlap* ataupun *switch* posisi pemain.

Pergerakan tanpa bola (*running*). 1.Para pemain harus terus bergerak agar selalu ada yang siap untuk diberi umpan dalam jarak passing (Ini namanya *support*). Ciptakan selalu formasi segitiga pasing ketika tim Anda menguasai bola. Lakukan terus hal itu sepanjang pertandingan. (Tentang jarak passing: jangan terlalu dekat jika tidak ada lawan yang berusaha memotong, dan jangan pula terlalu jauh karena umpan akan bisa dipotong lawan). 2.Lakukan pergerakan untuk menciptakan ruang bagi teman Anda.

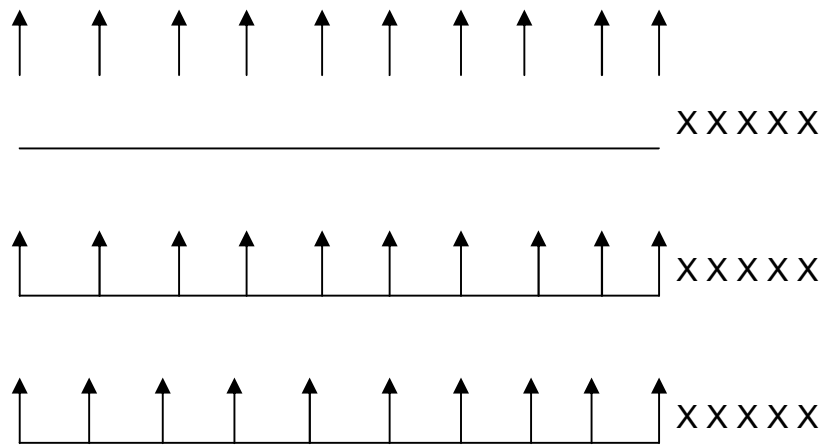
B. Bentuk Latihan Bermain

Bermain lari zig-zag dengan jarak tempuh 10 meter dengan lari membawa bola. Pertama anak dibariskan dua bersap, kemudian di bagi tiga kelompok, kelompok A, kelompok B, dan kelompok C. Satu kelompok terdiri dari lima orang. Sumber: Nurhasan (tes dan pengukuran dalam pendidikan jasmani).

1 .Cara bermain

Setiap anak secara bergiliran lari membawa bola,siapa yang sampai duluan di nyatakan menang, yang terlambat dinyatakan kalah begitulah seterusnya sampai selesai.

Gambar Permainan Zig-zag



Keterangan:

1. —————> Pancang 2. X Orang (murid)

Tujuan permainan di atas untuk menjalin kekompakan, kecerdasan dan ketangkasan.

2. Permainan kucing tikus

Anak dibariskan 2 bersap, dibagi menjadi dua regu. Regu satu bernama hitam dan regu dua bernama putih. Selanjutnya anak disuruh membuat barisan membentuk lingkaran.

Cara bermain :

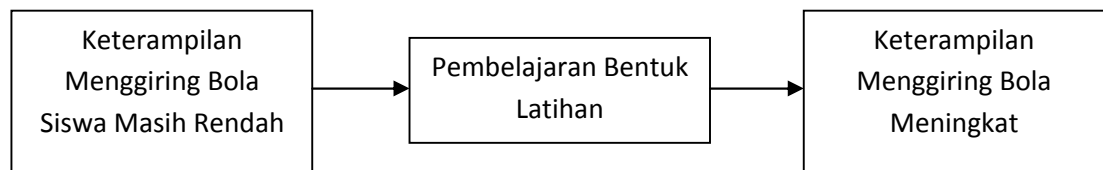
Sebelum permainan kucing dan tikus dimulai Guru terlebih dahulu menentukan siswa yang akan memerankan sepasang kucing dan 4 ekor tikus, sedang siswa lainnya berlaku sebagai semak-semak. Siswa-siswa yang berlaku sebagai semak-semak saling bergandengan tangan satu sama lainnya membentuk baris lingkaran. Semak-semak menghalangi kucing mengejar tikus tetapi membiarkan tikus lolos diantara semak-semak.

Tikus yang tertangkap berubah menjadi semak ikut bergandengan tangan, sedang kucing yang menangkap tikus berubah menjadi tikus. Kucing yang tinggal, tetap mengejar tikus sampai tikus tertangkap oleh kucing.

Permainan dilanjutkan dimana pemeran kucing dan pemeran tikus dimainkan oleh siswa yang berbeda secara bergiliran begitulah seterusnya.

Sumber: Nurhasan (tes dan pengukuran dalam pendidikan jasmani).

B. Kerangka Berpikir



Gambar 1. Kerangka Berpikir

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian PTK. Dalam jenis penelitian dilakukan dengan tes awal, merumuskan masalah yang mungkin dihadapi dan membuat program latihan. Langkah yang dipersiapkan ialah dua hari sebelum penelitian dimulai peneliti sudah mengumpulkan siswa, seluruh anak disuruh mempersiapkan diri untuk menghadapi tes awal yang akan dilakukan, dan menyiapkan materi tes dan cara mengidentifikasi hasil.

Selain rancangan di atas penulis juga merancang, membahas dan mendiskusikan masalah anak dengan guru observer untuk menyamakan persepsi atau penelitian yang akan dilakukan, membuat program bentuk latihan, membuat jadwal latihan (pertemuan).

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di kelas IV SDN 61 Bengkulu Selatan Tahun ajaran 2013/2014. Penelitian ini dilaksanakan pada kelas IV, karena pada silabus kelas IV terdapat kompetensi belajar permainan sepak bola. Penelitian ini dilaksanakan mulai dari bulan Desember sampai dengan Januari 2014.

C. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas IV SDN 61 Bengkulu Selatan yang berjumlah 25 orang siswa yang terdiri dari 16 orang laki-laki dan 9 orang perempuan.

D. Prosedur

Penelitian yang dilakukan ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Suharsimi Arikunto (2007. Hal 30-45) dalam bukunya yang berjudul penelitian tindakan kelas, menyatakan bahwa ada 3 kata kunci yang membentuk pengertian tersebut:

Penelitian : kegiatan mencermati suatu objek, menggunakan aturan metodologi tertentu untuk memperoleh data atau informasi yang bermanfaat untuk meningkatkan mutu suatu hal yang menarik minat dan penting bagi peneliti.

Tindakan : sesuatu gerak kegiatan yang sengaja dilakukan dengan tujuan tertentu, yang dalam penelitian berbentuk rangkaian siklus penelitian.

Kelas : adalah sekelompok siswa yang waktu yang sama menerima pelajaran yang sama dari seorang guru.

Pelaksanaan setiap siklus kegiatan yang dilakukan meliputi tahapan-tahapan sebagai berikut:

- 1). Tahap Perencanaan: mulai dari membuat rencana pembelajaran (RPP), menyusun alat test awal dan test akhir, menyusun alat bantu dalam penggunaan media prestasi, menyusun alat evaluasi ini di gunakan untuk mengukur prestasi, mempersiapkan lembar observasi acuan bagi observer selama kegiatan pembelajaran.
- 2). Tahap pelaksanaan tindakan kelas : dilakukan sesuai dengan rencana pelaksanaan pembelajaran. Mulai dari penyampaian tujuan pembelajaran dan kegiatan yang akan dilaksanakan, melaksanakan kegiatan pembelajaran, mengadakan evaluasi untuk mengukur prestasi belajar siswa.
- 3). Tahap pengamatan : dilakukan oleh guru pengamat yang bertugas untuk mengamati siswa dan guru dalam pelaksanaan proses pembelajaran dengan menggunakan lembar observasi yang telah dipersiapkan, kemudian dievaluasi bersama tentang kegiatan yang telah dilakukan.
- 4). Tahap refleksi: pada tahap ini dilakukan analisis terhadap hasil observasi dan hasil test akhir. Hasil observasi dikumpulkan kemudian dianalisis, dari hasil analisis peneliti dapat merefleksikan kegiatan yang dilakukan dapat menimbulkan prestasi belajar siswa.

E. Teknik Pengumpulan Data

Pada penelitian ini, pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan insrumen sebagai berikut:

1. Data tes

Sudijono (1996:67) mengatakan “tes adalah cara (yang dapat digunakan) atau prosedur (yang perlu di tempuh) dalam rangka pengukuran dan penilaian di bidang pendidikan, atau perintah-perintah (yang harus di kejarkan) oleh testee; sehingga (atas dasar data yang di peroleh dari hasil pengukuran tersebut) dapat dihasilkan nilai yang melambangkan tingkah laku atau prestasi testee; nilai mana dapat di bandingkan dengan nilai-nilai yang dicapai oleh testee lainnya, atau dibandingkan dengan nilai standar tertentu.

Secara umum fungsi yang dimiliki tes adalah sebagai alat pengukuran terhadap peserta didik dan sebagai alat pengukur keberhasilan program pengajar. Dalam hal ini tes berfungsi mengukur tingkat perkembangan atau kemajuan yang telah di capai oleh peserta didik dalam jangka waktu tertentu (Sudijono, 1996:67)

Dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini adalah tes yang dilakukan adalah mengenai kemampuan anak menggiring bola dengan jarak 10 meter bolak-balik melewati bendera/batu yang disusun berbelok-belok dalam jangka waktu tertentu.

2. Observasi Guru

Observasi guru dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keaktifan guru dalam mengelola pembelajaran penjasokes materi mendribble bola. Adapun aspek yang akan diamati dalam observasi guru berdasarkan rencana pelaksanaan pembelajaran. Aspek yang diamati tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.1 lembar observasi guru

N O	ASPEK YANG DIAMATI	KEMUNCULAN	
		YA	Tidak
KEGIATAN AWAL			
1	Guru menyuruh siswa melakukan gerakan pemanasan		
2	Guru mendemonstrasikan materi inti yang akan dilakukan /dipelajari		
KEGIATAN INTI			
3	Guru menjelaskan peraturan permainan bola kaki		
4	Siswa dengan bimbingan guru bermain bola kaki		
5	Guru melakukan demontrasi gerakan mendrible tanpa bola		
6	Beberapa siswa di minta untuk mendemonstrasikan gerakan mendrible bola tanpa menggunakan bola.		
7	Guru melakukan demonstrasi gerakan mendrible bola dengan menggunakan bola		
8	Beberapa siswa diminta untuk mendemonstrasikan gerakan cara mendrible bola dengan menggunakan bola.		
9	Siswa dibagi dalam 3 kelompok untuk melakukan gerakan mendrible bola		
10	Guru memantau jalannya pembelajaran dengan melakukan pembedulan terhadap siswa yang		

	belum mampu dalam melakukan mendribble bola		
KEGIATAN PENUTUP			
11	Siswa dengan bimbingan guru menyimpulkan kegiatan pembelajaran yang telah dilaksanakan.		
12	Siswa melakukan tes mendribble bola sebanyak 5 kali percobaan		
JUMLAH YANG DICAPAI			
KRITERIA			

b. Observasi siswa

Observasi siswa dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keaktifan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran penjaskesmas materi mendribble bola kaki. Adapun aspek yang akan diamati dalam observasi siswa dalam rencana pelaksanaan pembelajaran. aspek yang akan diamati tersebut dapat dilihat pada table :

Tabel 3.2 lembar observasi Aktivitas siswa

N O	ASPEK YANG DIAMATI	KEMUNCULA N	
		YA	Tidak
KEGIATAN AWAL			
1	Siswa melakukan gerakan pemanasan		
2	Siswa memperhatikan guru demonstrasikan materi inti yang akan dilakukan / dipelajari		
KEGIATAN INTI			
3	Siswa memperhatikan penjelasan guru tentang peraturan permainan bola kaki		
4	Siswa dengan bimbingan guru bermain bola kaki		
5	Siswa melakukan gerakan mendrible bola tanpa menggunakan bola		
6	Siswa melakukan gerakan mendrible bola dengan menggunakan bola		
7	Siswa berada dalam kelompok untuk melakukan gerakan mendrible secara bergantian.		
KEGIATAN PENUTUP			
8	Siswa dengan bimbingan guru menyimpulkan kegiatan pembelajaran yang telah dilaksanakan		
9	Siswa melakukan tes mendrible bola sebanyak 3 kali		
JUMLAH YANG DICAPAI			
KRITERIA			

Cara pelaksanaan Tes Menggiring Bola

1. Tujuan

Mengukur keterampilan, menggiring bola dengan kaki dengan cepat disertai perubahan arah.

2.alat yang digunakan

- a. bola
- b. stopwatch
- c. 6 buah pancang (kayu)
- d. Tiang bendera
- e. kapur
- f. Peluit
- g. meter
- h. juri satu sebagai pemanggil anak dan pencatat waktu
- i. juri dua penentu waktu dengan alat stopwatch
- j. juri tiga pemberangkatan aba-aba

3. Petunjuk pelaksanaan

- Pada aba-aba “siap” testee berdiri di belakang garis star dengan bola dalam penguasaan kakinya
- Pada aba-aba “ya” tes mulai menggiring bola kearah kiri melewati rintangan pertama dan berikutnya menuju rintangan berikutnya

sesuai dengan arah panah yang telah ditetapkan sampai ia melewati garis finish.

- Bila salah arah ia harus memperbaikinya tanpa anggota badan selain kaki ditempat kesalahan terjadi dan selama itu pula stopwatch tetap jalan.
- Bola digiring oleh kaki kanan dan kiri secara bergantian atau paling tidak salah satu kaki pernah menyentuh bola satu kali sentuhan

4. Gerakan tersebut dinyatakan gagal bila :

- Test menggiring bola hanya dengan menggunakan satu kaki saja
- Test menggiring bola tidak sesuai dengan arah panah
- Test menggunakan anggota badan lainnya selain kaki untuk menggiring bola

untuk lebih jelas lihat gambar :

Keterangan

Rentang Penilaian

No	Waktu (dalam detik)	Nilai
1	90 Detik	85
2	100 Detik	75
3	120 Detik	65
4	180 Detik	50

Sumber: Nurhasan. (Tes dan pengukuran dalam pendidikan jasmani)

No	Jumlah nilai	Klasifikasi
1.	85	Sangat Baik (SB)
2.	75	Baik (B)
3.	65	Sedang (S)
4.	50	Kurang (K)

3. Dokumentasi

Dokumentasi berupa foto-foto kegiatan penelitian dan tes menggiring bola pada permainan sepak bola siswa kelas IV SDN 61 Bengkulu Selatan.

C. Teknik Analisis Data

Data hasil penelitian menggunakan daya kemampuan yang menggambarkan peningkatan keterampilan mendribel dalam permainan sepak bola serta pengaruh yang dihasilkannya. Data tes siswa dianalisis agar dapat mencapai data yang akurat.

Data yang ada tersebut dibandingkan dari data sebelum metode latihan menggiring dengan data setelah latihan menggiring dalam bentuk permainan siswa. Langkah ini dimulai dari mengumpulkan bahan nilai, mengatur dan mengolah data tabel serta menganalisa dan menyimpulkan.

Untuk mengukur keberhasilan tindakan yang dilakukan, maka dibuatlah sebuah instrumen penilaian kemampuan menggiring bola untuk melihat sejauh mana kemampuan siswa setelah pelaksanaan proses kegiatan latihan permainan yang telah di laksanakan.

$$\text{Nilai Rata-rata siswa} = \frac{\sum x}{N} \text{ Sudjana (2001:109).}$$

Keterangan : \bar{X} = Nilai rata-rata siswa

$\sum X$ = Jumlah nilai siswa

N = Jumlah siswa

$$\text{Ketuntasan belajar klasikal} = KB = \frac{N_s}{S} \times 100\%$$

Keterangan :

KB = Ketuntasan belajar

Ns = Jumlah siswa tuntas

S = Jumlah siswa

Nilai diambil berdasarkan kecepatan waktu siswa melakukan menggiring bola berbelok-belok melewati rintangan (bendera) yang telah dibariskan, mulai dari star sampai finish. Semakin sedikit waktu tes menggiring bola, nilai yang didapat semakin besar, berikut tabel penilaian.

No	Waktu (dalam detik)	Nilai
1	90 Detik	85
2	100 Detik	75
3	120 Detik	65
4	180 Detik	50

G.Indikator Keberhasilan

Tabel. Indikator Keberhasilan

Aspek yang diukur	Prosentase target capaian			Cara mengukur
	Kondisi awal	Siklus 1	Siklus 2	
Hasil belajar siswa dalam menggiring bola	40 %	60 %	80 %	Menggunakan Salah satu instrumen tes